

## 教育时论

## 学习不妨多一点松弛感

杨三喜

今年秋季学期开始,北京、山东、内蒙古、辽宁、江苏等多地推广“课间15分钟”,有的地方甚至将课间延长至20分钟,让孩子们有更充分的时间走出教室、走向户外,能够呼吸新鲜空气,放松心情,玩得更加开心。小小的一道时间管理“加法”,受到社会广泛好评。

去年,部分中小学生学习10分钟被约束的现象被媒体报道之后,引发各界的关注和讨论。针对这一话题,教育部明确表示,中小学校要确保学生课间正常活动。全国各地学校也采取了各种措施保障学生的课间活动。延长课间就是从优化时间管理的层面,让学生走出去、动起来的积极探索。

课间从10分钟到15分钟,是学校管理的一个小探索,但却具有以小切口撬动学校落实“五育并举”促进学生身心健康、全面发展的功效。延长课间时长所折射的还是学校办育人理念转变,是以学生发展为中心的育人导向的生动体现。

有一种学习,叫争分夺秒。争分夺秒精备考,勤学苦练创佳绩。类似的口号出现在校园内、教室里。抓住每一分、每一秒搞学习,是不少教师对学生的要求。在这种氛围里,除了上课、刷题等直接服务于考试的事情,其他诸如课间活动、体育课、课外阅读等,都是不重要的,甚至是可以牺牲的。

## 焦点时评

## 加强学校党建 引领学校高质量发展

以高质量党建凝聚强大合力,使学校始终成为坚持党的领导的坚强阵地

魏晓东

党的二十届三中全会审议通过了《中共中央关于进一步全面深化改革、推进中国式现代化的决定》,提出加快建设高质量教育体系,统筹推进育人方式、办学模式、管理体制、保障机制改革。今年9月召开的全国教育大会,系统部署了全面推进教育强国建设的战略任务和重大举措,为建设教育强国指明了前进方向、提供了根本遵循。加快推进教育强国建设,必须加强党对教育工作的全面领导,牢牢掌握党对教育工作的领导权,不断夯实教育强国建设的政治根基。

要以强烈的责任感,加强党对学校的全面领导。全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴,关键在党。加强党的领导是做好教育工作的根本保证。当前,教育系

## 强化未成年人网络保护有了科学指引

面向未来,关键是持续关注未成年人网络保护新情况、新要求,结合未成年人模式建设情况,持续推进、不断优化未成年人网络保护机制

王名扬

近日,国家互联网信息办公室发布了《移动互联网未成年人模式建设指南》(以下简称《指南》),对未成年人模式建设予以具体指导。《指南》主要面向移动智能终端、应用程序、应用程序分发平台,提出了未成年人模式建设、运行和使用等全链条方案,要求移动智能终端、应用程序、应用程序分发平台三方联动,形成合力,并要求创新未成年人网络保护措施,从时间、内容、功能方面实现三个优化。

当下,未成年人网络使用突出表现为普及率高、前沿技术融入度高、低龄化等特点。强化未成年人网络保护的重要性和紧迫性更加凸显,保障未成年人在网络空间的合法权益,成为网络空间治理的一项重要任务。

为切实强化未成年人网络保护,近年来,国家网信办指导网站平台持续推进青少年模式建设。总体而言,青少年模式建设在为未成年人营造良好网络环境方面取得了积极效果,但实践中也暴露出一些不足,实际使用率和用户感

■“一分耕耘,一分收获”是有前提的,那就是要正确处理好学习与学习效果的关系,否则过犹不及

■要有挤出时间让学生去玩耍、放松的智慧,有允许学生“浪费时间”时发发呆的从容,有“放纵”学生偶尔没有做完作业的淡定

学生上课在学习、下课在学习,甚至走路、吃饭都捧着课本、习题集。这无疑是一种过于致密的时间安排。它以牺牲丰富多彩的校园生活为代价,甚至以牺牲多彩的身心健康为代价去追求分数。小胖墩、小眼镜及青少年心理健康问题的出现,都与这种争分夺秒的学习模式有关。

令人欣慰的是,健康第一理念逐渐深入人心,越来越多的学校、家长把呵护青少年的身心健康放在了更重要的位置。从采取多种措施保障学生课间活动,到出台刚性制度保证每天一节课体育课,背后都是育人理念的转变。

简而言之,就是为学生争取一段不搞学习的时间,让他们放下书本、走出教室,玩起来、动起来。这不仅对促进青少年身心健康有积极的作用,能够有效预防和减少小胖墩、小眼镜,降低心理健康问题的发生率,对于提高学习效率其实也很有帮助。

劳逸结合、张弛有度,有助于提高学习和工作效率,是常识。经济学里面

有一个规律叫“边际效益递减规律”,在一定时间内,其他条件不变的情况下,增加投入量,会相应增加产出量,但是市场的规模决定了一个峰值,过了峰值之后,再继续增加投入,产出量会越来越小,直到获得的产出不能覆盖支出的成本,投入产出比成为负数,整个经济活动就会进入亏损状态。

放在学习问题上也是如此。当学习时间超过一定的临界值,即进入疲劳期,继续增加则会对学习效果产生负面影响,呈现出边际效益递减规律,甚至还会损害身心健康。也就是说,并不是花费的学习时间越多,学习效果就越好。一分耕耘,一分收获,是有前提的,那就是要正确处理好学习与学习效果的关系,否则过犹不及。

众所周知,学习过程中,向上向善、积极乐观、坚毅持久等非智力因素发挥着更大的作用。而这些品格的塑造,不是坐在教室里刷题就能培养出来的,需要在丰富的生活中去培养、去塑造。

当下,网络上流行着一个热词“松弛感”,指的是淡定、从容和波澜不惊

的处事风格。既强调无须用力过猛,保持理智清醒、从容自如的心态,也包含保持松弛、学会留白的意思。恰恰是在拥有适当的松弛感的时候,在不急不慢的状态中,能够活出想要的样子、感受到生命的丰盈,进而达到越松弛、越厉害

的境界。

掌握科学的学习方法,不靠拼时间换分数,踩准成长节奏,不急功近利、拔苗助长,善于留白,不把孩子时间填得满满,让他们有玩耍、放松的时间,这些都是松弛感的体现。

概而言之,呵护学生身心健康,要有挤出时间让学生去玩耍、放松的智慧,有允许学生浪费时间发发呆的从容,有放纵学生偶尔没有做完作业的淡定。

推而广之,在教育教学、人才培养、科学研究等方面,又何尝不需要一些松弛感?以培养拔尖创新人才为例,高度紧张高压的氛围中很难诞生出奇思妙想的创意,很难产出创造性的成果。宽松、包容的土壤,更有利于拔尖创新人才的不断冒出和成长。

当然,松弛感的营造,不仅仅需要学校的智慧和勇气,也需要教育行政部门树立正确的教育政绩观,以多元评价体系为学校松绑,需要包括家长在内的全社会树立更科学的教育观、成才观,与学校同向而行,共同为孩子的健康成长撑起一片更大的天空。

(作者系本报记者)

## 微言

## 因地制宜让劳动教育落地更扎实

李岩

日前,北京市教委发布《北京市中小学校劳动教育清单编制与实施说明》,明确在开齐开好劳动课程的同时,所有中小学需依据“一校一策”制定劳动教育清单。根据不同学段学生发展水平,小学低年级劳动教育清单主要包括家庭劳动和学校劳动,每周劳动时间建议不少于2小时;初中高年级和高中可逐步增加学校劳动内容,每周劳动时间建议不少于3小时。该政策的出台,不仅强调了劳动课程的全面开设,更凸显了因地制宜原则在劳动教育中的重要性。

当下,劳动教育被赋予了新使命和新内涵。它不仅关系到学生的全面发展,更是塑造学生正确世界观、人生观、价值观的重要途径。当下,劳动教育的内涵也不再仅限于体力劳动或生产劳动,而是包括人类创造世界、改造世界的一切实践活动,是人们对劳动的认识回归到本原的、全面的新劳动观。劳动教育作为培养德智体美劳全面发展人才的重要途径,其重要性日益凸显。根据不同学段明确劳动教育要求,要求各校“一校一策”制定劳动教育清单,正是为了确保劳动教育能够因地制宜、落地生根,与学生的具体实际紧密结合,发挥出其应有的价值。

当前的劳动课程已彰显出较强的实践性,更侧重于学生的动手能力与创新能力,并力争在课程设置上实现学科层级内的融合与层级间的贯通,努力构建完善的劳动课程体系。可以说,基础劳动教育在充分发挥课程的重要价值同时,也在重构着劳动课程的实践路径。要看到,各学校的条件不同、学生特点不同,劳动教育不能采取“一刀切”的模式,而“一校一策”制定劳动教育清单体现的正是因地制宜。

因地制宜的劳动教育能够让学生在实际操作中学习劳动知识和掌握劳动技能,强化其实践能力

## 新职业呼唤教育提供新支撑

冯冷峰

人力资源和社会保障部近期发布云网智能运维员等19个新职业,并将直播招聘师等28个新工种纳入国家职业分类大典。《半月谈》记者调查发现,新职业、新工种入编,提振了从业者信心,提升了就业市场活跃度,但仍需在职业发展的标准化、系统化建设方面精准施策,造就新型职业人才。数据显示,70.4%的新职业青年接受过职业培训,没有接受过职业培训的占29.6%。由于新职业培训不充分、不规范,培训市场乱象丛生,新职业存在被“污名化”的隐忧。

随着人工智能、互联网、5G通信等技术的广泛应用,许多新兴行业如智能制造、数字经济、绿色经济等迅速崛起,对高素质、高技术人才的需求量大增。同时,新职业的工作内容和任务往往呈现出高复杂性的技术复合性,如大数据分析、云计算、人工智能等。很多新职业需要新的高水平专业技能支撑,通常其知识与技能更新迭代速度快,要求高。

新职业、新工种的入编,助推职业向专业化发展,既有助于提升服务质量和水平,也能提振从业者的信心。然而,这些新职业差异化提出了要求。落实这些要求,主管部门及行业协会应考虑建立新的引导机制,建立针对未成年人内容创作的激励和惩戒机制,平衡安全审核和内容多元化发展,激励平台和内容企业打造适合不同年龄段青少年的优质内容。此外,在未成年人模式建设中,家长和教育机构等也应加强对未成年人模式应用的及时反馈,支持厂家和有关部门进一步优化调整该模式。

能否健康、安全上网与未成年人自身的网络素养也息息相关。未成年人如能养成良好的网络安全意识和技能,必能筑牢网络安全防线,提升网络素养,从而避免遭受不良信息侵害。而提升未成年人网络素养,需要政府、教育机构、网络行业和家长的共同努力。

(作者系北京外国语大学国际教育

力和解决问题的能力。而且,因地制宜的劳动教育还能够确保教育内容与学生的实际生活紧密结合,从而提高劳动教育的实效性和针对性。

因地制宜开展劳动教育,要求不同地区学校结合当地自然、经济、文化等方面的条件,立足本地区的现实条件,挖掘当地的特色资源,宜工则工、宜农则农,开展具有针对性的劳动教育实践。比如,农村地区可以充分利用农田、果园、养殖场等资源,开展种植、养殖等农业生产劳动教育。城区学校在开展劳动教育时常常面临劳动教育资源不足、劳动场地受限等问题,对此,需要因地制宜建设劳动教育实践平台。比如,充分利用教学

楼楼顶空地,建立劳动实践基地,开展智慧种植活动,让学生在劳动实践中掌握现代农业技术。可以把校园环境建设与劳动教育相结合,让学生参与校园绿化工作,学习植物的种植、修剪、浇水等知识。同时,还可以将劳动教育与科技创新教育有机融合,使劳动实践基地同时成为科创教育的重要场所,培养学生的创新意识和实践能力。

因地制宜开展劳动教育,还要从各具特色的地域文化中汲取精神养料,培养学生的劳动精神。比如,在东北平原,严寒的气候和肥沃的黑土地孕育了坚韧不拔、勤劳朴实的劳动精神。这里的劳动者面对漫长的冬季和艰苦的农耕条件,展现出了顽强的生命力和不屈不挠的奋斗精神。而在江南水乡,温润的气候和丰富的水资源孕育了细腻精巧、勤劳智慧的劳动精神。在华南沿海,开放包容的文化氛围和得天独厚的地理位置,孕育了敢于创新、勇于冒险的劳动精神。各具特色的劳动精神,也彰显了地域文化的多样性,也为开展劳动教育、培育劳动精神提供了宝贵的财富。

(作者系大连工业大学马克思主义学院副教授、北京师范大学教育学部博士后)

统正在学习贯彻落实党的二十届三中全会精神、全国教育大会精神。真正做到以学导行、学以致用,关键是要找准发力点,牵住牛鼻子,准确领悟贯穿其中的一条红线,即坚持党对教育工作的全面领导,以更高站位、更强自觉谋划和推动学校的各项工作,以高质量党建凝聚强大合力,使学校始终成为坚持党的领导的坚强阵地。

要以强烈的责任感,抓好学校政治建设。政治建设不是空泛的抽象概念,而是集理论与实践于一体,既要务虚又要务实的系统工程。政治意识不够强,政治站位不够高,关系到贯彻落实党中央决策部署的效果,关系到学校的办学定位和发展方向。要不断增强政治判断力、政治领悟力、政治执行力。要增强教育为人民服务、为中国共产党治国理政服务、为巩固和发展中国特色社会主义制度服务、为改革开放和社会主义现代化建设服务的自觉,牢牢掌握教育的政治属性、人民属性、战略属性,加强对新时代教育规律的科学把握,将党中央关于教育的决策部署创造性地转

化细化为办学治校的具体举措和实施办法,真正做到扎根中国大地办教育,以人民为中心发展教育,办人民满意的教育。

以强烈的责任感,落实立德树人根本任务。立德树人关乎党的事业后继有人,关乎国家前途命运。广大教育从业者要切实承担起教育强国建设重任,在三尺讲台上守正创新,始终坚持正确政治方向,用心用情切实回答好“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一教育的根本问题。各级各类学校要结合地方实际,办好大思政课,将立心弘道、正德修身、知识传授有机结合起来,努力探索立德树人的新路径。

以强烈的责任感,加强学校师资队伍和基层党组织建设。党的十八大以来,印发了《关于坚持和完善普通高等学校党委领导下的校长负责制实施意见》《关于建立中小学党组织领导的校长负责制的意见(试行)》,并修订了《中国共产党普通高等学校基层组织工作条例》。一系列制度的完善,为学校加强新时代党建工作搭建了四梁八柱。学校党组织要发挥好集

体领导优势,增强党的意识,挺起腰杆,主动担当作为,坚决扛起治党治校责任,履行好把方向、管大局、作决策、保落实的领导职责,使基层党组织成为学校教书育人的坚强战斗堡垒。

以强烈的责任感,深化全面从严治党。全面从严治党是新时代党的自我革命的伟大实践,是党永葆生机活力、走好新的赶考之路的必由之路。全面从严治党,教育领域不能例外,没有特殊。我国现在已经建成世界上最大规模且有质量的教育体系,教育现代化发展总体水平跨入世界中上国家行列。全面从严治党作为我们党自我革命的战略举措,为教育发展提供了坚强保障和有力支撑。作为人才培养的主阵地,各级各类学校要把严的基调、严的措施、严的氛围长期坚持下去,自觉将全面从严治党工作与全面深化改革有机融合,坚持纠错、防错、容错相统一,做到既严肃查处问题,又旗帜鲜明支持改革,以教育之强夯实国家富强之基。

(作者系中国教育科学研究院助理研究员)

从应用程序拓展至上述三个方面,强调移动智能终端、应用程序、应用程序分发平台之间通过必要接口和数据共享,实现三方联动,提供未成年人模式时间管理、内容管理、权限管理等功能。《指南》还要求未成年人模式支持家长或未成年人用户在多个移动智能终端进行统一设置。这些举措将改善单兵作战、三方互相掣肘的窘境,有助于打造安全可靠的网络环境,便于家长总量控制未成年人用网总时长,也有助于规避未成年人通过个别程序内操作绕过青少年模式保护机制的风险。

过去的网络安全模式为人诟病的一点在于须由家长自主设置,部分应用程序启动流程复杂、开设方式隐蔽,导致部分家长不懂或懒得操作,普及率不高。《指南》明确提出便捷使用的通用规范,要求移动智能终端设置未成年人模式入口应当在醒目位置、便捷易寻,方便用户一键切换。同时,《指南》明确提出了设置多重防绕过的要求。这些要求均有助于解决安全屏障易于突破问题,筑牢未成年人网络安全防火墙。

未成年人内容池过浅和缺乏分龄设置是影响过去青少年模式应用率低的主要难题。《指南》将分龄原则作为未成年人模式的通用规范,并根据分龄原则明确规定使用时长限制,适龄内容推荐以及分发平台互联网专区。这一要求,不仅有利于打造符合特定年龄未成年人的网络环境和内容,一定程度上也为企业进行内容创作提供了框架约束和明确指引,有利于推动优质内容的源

源不断涌现,进而为净化网络环境、减少青少年网络沉迷提供帮助。

《指南》是对《中华人民共和国未成年人保护法》《未成年人网络保护条例》实操层面的落实与细化,亦是过去未成年网络安全保护经验的全方位总结,为未成年人模式建设提供了明确的指引。

面向未来,关键是持续关注未成年人网络保护新情况、新要求,结合未成年人模式建设情况,持续推进、不断优化未成年人网络保护机制。要不断探索可行方案、创新保护举措、推广经验做法,进一步完善《指南》内容、丰富应用场景,不断强化对未成年人的网络保护。比如,《指南》对专属内容池和分龄差异化提出了要求。落实这些要求,主管部门及行业协会应考虑建立新的引导机制,建立针对未成年人内容创作的激励和惩戒机制,平衡安全审核和内容多元化发展,激励平台和内容企业打造适合不同年龄段青少年的优质内容。此外,在未成年人模式建设中,家长和教育机构等也应加强对未成年人模式应用的及时反馈,支持厂家和有关部门进一步优化调整该模式。

能否健康、安全上网与未成年人自身的网络素养也息息相关。未成年人如能养成良好的网络安全意识和技能,必能筑牢网络安全防线,提升网络素养,从而避免遭受不良信息侵害。而提升未成年人网络素养,需要政府、教育机构、网络行业和家长的共同努力。

(作者系北京外国语大学国际教育

源不断涌现,进而为净化网络环境、减少青少年网络沉迷提供帮助。

《指南》是对《中华人民共和国未成年人保护法》《未成年人网络保护条例》实操层面的落实与细化,亦是过去未成年网络安全保护经验的全方位总结,为未成年人模式建设提供了明确的指引。

面向未来,关键是持续关注未成年人网络保护新情况、新要求,结合未成年人模式建设情况,持续推进、不断优化未成年人网络保护机制。要不断探索可行方案、创新保护举措、推广经验做法,进一步完善《指南》内容、丰富应用场景,不断强化对未成年人的网络保护。比如,《指南》对专属内容池和分龄差异化提出了要求。落实这些要求,主管部门及行业协会应考虑建立新的引导机制,建立针对未成年人内容创作的激励和惩戒机制,平衡安全审核和内容多元化发展,激励平台和内容企业打造适合不同年龄段青少年的优质内容。此外,在未成年人模式建设中,家长和教育机构等也应加强对未成年人模式应用的及时反馈,支持厂家和有关部门进一步优化调整该模式。

能否健康、安全上网与未成年人自身的网络素养也息息相关。未成年人如能养成良好的网络安全意识和技能,必能筑牢网络安全防线,提升网络素养,从而避免遭受不良信息侵害。而提升未成年人网络素养,需要政府、教育机构、网络行业和家长的共同努力。

(作者系中国教育科学研究院助理研究员)

能展示竞技等活动实现以赛促学、以赛促训,促进新职业技能人才培养质量的提升。

为新职业人才培养提供教育支撑,职业教育责任重大。职业教育的办学方向是培养高素质技术技能人才,以满足社会对高技能人才的需求。这要求职业教育在新职业从业者的人才培养上主动作为,发挥更大作用。要把新职业人才培养作为服务经济社会发展的重要要求,作为职业院校办学能力提升的重要方面,落在实处。一方面要在专业设置上与新职业接轨,切实做到“学科跟着产业走、专业围着需求转”;另一方面要注重提升教师基本业务能力、教学科研能力、实践创新能力、创新发展能力。面对新职业存在培养链条不完整、培训水平高低不一、培训体系不完善等迫切需要解决的问题,职业教育亦应肩负起培训责任和使命,在区域、行业中充分发挥自身优势,有针对性地组织开展新职业培训,满足社会需求。

让新职业人才安心从业,还要健全终身职业技能提升机制。新职业不断涌现是经济社会发展的客观规律,既反映经济活力,又反映社会需求。一方面,充分发挥国培、省培项目及各类院校、机构的特色培训优势,建立健全职业技能培训共建共享机制,使公共职业技能培训训练提质扩容,有效提升针对新职业技能提升的精准性和实效性。另一方面,应完善能够关照新职业人才生涯的终身职业技能提升机制。例如,采取个性化的鼓励引导措施,建立改革相应的学分银行、学分置换、学分互认制度等,拓宽其发展空间。

新职业的涌现,不仅能扩大就业蓄水池,还能促进经济社会高质量发展。加强新职业人才培养的教育支撑,是源源不断提升新职业群体贡献能力的重要保障,是新职业长远稳定发展的重要前提,需要政府、社会、行业、企业、职业院校等部门全方位的参与和付出。

(作者系江苏建筑职业技术学院人事处副处长、副研究员)